

АВТОР-СОСТАВИТЕЛЬ  
ИЛЬЯ КНАБЕНГОФ

---



# КОДЕКС ЧЕЛОВЕКА

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ  
ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ФОРМЫ ЖИЗНИ НА ПЛАНЕТЕ ЗЕМЛЯ

ДРЕВНЕЙШИЕ ЗНАНИЯ ОБ ИЗНАЧАЛЬНОЙ АБСОЛЮТНОЙ  
ПРИРОДЕ ДУШИ И СУТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ С МИРОМ

ВРОЖДЕННОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА  
В ПЛАНЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ  
И КАК ЛЕЧИТЬ БОЛЕЗНИ

СЕМЕЙНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ

**БОМБОРА**<sup>TM</sup>

Москва 2021

УДК 133  
ББК 86.42  
К53

Книга издана в авторской редакции

**Кнабенгоф, Илья.**

К53 Кодекс человека / Илья Кнабенгоф. — Москва : Эксмо, 2021. — 544 с. — (Пространство смысла).

ISBN 978-5-04-116339-6

Илья Кнабенгоф — лидер рок-группы «Пилот», известный поэт, музыкант, писатель, спикер многих фестивалей, автор курсов, посвященных духовному развитию. Более тридцати лет Илья серьезно изучает различные духовные практики и учения. «Кодекс человека» — собранные в одной книге древние знания и практические советы, которые может использовать каждый. Книга, которая поможет ответить на самые важные вопросы и даст главные ключи для развития и счастья.

«Цель книги — выживание и радость, ее задача — освободить вас от основных ошибок в человеческой жизни, таким образом значительно уменьшив страдания, которые являются их результатом!»

**ЭТА КНИГА ДЛЯ ВАС, ЕСЛИ Вы:**

- устали двигаться по жизни, не понимая её смысла, законов и правил;
- запутались в духовном знании и не видите возможностей для его применения;
- не видите причину, почему ваши очередные отношения не работают, в семье нет счастья и уважения;
- не чувствуете энергии и силы;
- не знаете, как определить дело своей жизни;
- чувствуете бессмысленность всего происходящего;
- чувствуете, что в жизни есть какие-то правила, которые вам неизвестны;
- не понимаете, как отличить ложь от правды среди множества учений и концепций.

УДК 133  
ББК 86.42

ISBN 978-5-04-116339-6

© Кнабенгоф И., текст, 2021  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

# ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ФОРМЫ ЖИЗНИ НА ПЛАНЕТЕ ЗЕМЛЯ

Эта книга подробно рассматривает три основных раздела древнейшего на Земле знания, первое упоминание о котором относится к периоду 8000 лет до н. э. Это знание было и есть планетарного масштаба, охватывает практически все аспекты жизни человека, включая науку о здоровье тела, ума и разума, науку взаимоотношений между людьми, в том числе семейный уклад жизни, определение врождённого предназначения и многое другое. По сути своей, это знание является доскональной инструкцией к человеческой форме существования на планете Земля.

Владение этим знанием даёт человеку шанс на обретение стабильного ощущения радости и осмысленности бытия как платформы для любой деятельности, а также предоставляет возможности для достижения эффективных результатов в позитивных изменениях своей судьбы. Следование изложенным рекомендациям делает человека счастливым. Эти три раздела таковы:

1. Знание об изначальной абсолютной природе души и сути взаимоотношений с миром в целом. То есть: кто ты, откуда сюда пришёл, зачем тебе дана жизнь, в чём твоя высшая цель как души, и в частности человека, куда ты отсюда уйдёшь дальше. Этот же раздел подразумевает знание о семейной психологии: как и по каким критериям искать себе партнёра для создания крепкой, надёжной семьи; как строить отношения внутри семьи, чтобы в ней царили любовь и разумное сотрудничество; как строить отношения с детьми, чтобы они выросли счастливыми.
2. Знание о врождённом предназначении человека в плане профессиональной деятельности: для чего ты рождён как человек; чем именно ты должен заниматься в этой жизни, чтобы оставаться счастливым и достигать высоких результатов.
3. Знание о том, как поддерживать своё здоровье и как лечить болезни.

Знание этих трёх разделов не даёт гарантии, что желанные перемены в жизни будут достигнуты тобой, но предоставляет шанс на это, ибо между знанием и умением лежит огромная пропасть, перейти которую можно только по одному мосту, имя которому — твоя личная духовная практика, работа над собой, упорный труд по саморазвитию. Человек же, не имеющий этого знания, практически лишён шанса на счастливую жизнь. При этом помни: жизнь такова, что из любых правил всегда бывают исключения, но изначально надеяться, что ты попал в их число, — очень глупо.



Эта книга призвана помочь человеку достичь двух основных целей. Первая — выживание. Вторая — обретение устойчивого ощущения осмысленности и радости, являющееся для всех нас естественной природой, на платформе которой должно происходить всё остальное в нашей жизни. Второе приводит к первому. Почему осмысленность и радость, спросишь ты? Потому, что именно они дают ощущение счастья. Мы все тянемся к счастью, а точнее, пытаемся вернуть его себе. Мало того, кто бы и что бы нам ни говорил, каково оно и в чём заключается, мы сами прекрасно знаем внутри себя его стандарт, ибо помним его. Компас у нас внутри. Мы там уже были, в этом естественном состоянии. Иначе не знали бы, к чему стремиться сейчас.

Все живые существа хотят быть счастливыми. Все люди хотят счастья, независимо от возраста, уровня интеллекта, статуса и положения в обществе. Президент и дворник одинаково стремятся к счастью. Ребёнок и старик в этом равны также. Каждый из нас с самого рождения хочет переживать счастье и не желает испытывать страдание и его проявления, в том числе боль, одиночество, отчаяние, скорбь, тоску и прочее. Задай себе вопрос: а кто нам всем сказал, что так должно быть, что мы *должны* быть счастливы в этом мире? И кто определил нам высшую меру этого самого счастья? Ведь никто не читал

нам перед нашим рождением инструкцию к жизни, какой она должна быть в идеале. Но если кто-либо, пусть даже самый авторитетный для нас человек, скажет, что жизнь создана именно для того, чтобы мы страдали, испытывали боль и отчаяние, одиночество и тоску, мы всё равно внутренне не согласимся с ним. Нечто глубоко внутри каждого из нас противится такому положению. И, что важно, каждый из нас знает высшую меру качества этого самого счастья, каким именно должно быть наше бытие, и соотносит всё с этой мерой. Пространство относительности, в котором протекает наша жизнь, существует за счёт сравнения. К примеру, если нам дали что-нибудь сладкое и сказали: «Ну, вот всё, это и есть полное счастье», то мы ответим: «Нет, полное счастье — это нечто *большее!*» Каждый из нас знает, каково оно на самом деле, знает изначальный стандарт этого состояния, к которому мы все стремимся в жизни, знает с самого рождения. Следует вопрос — откуда? Мама не могла нам об этом рассказать, ибо мы ещё не знали языка общения. Инструкций перед рождением никто не читал. Ответ прост, лежит на поверхности:

---

Мы помним, и потому знаем то состояние, которое называется словом «счастье».

---

То, что в мире людей принято называть словами «эволюция» и «прогресс», на самом деле является регрессивным движением вспять, обратно, к счастью, домой. Это возвращение по своим же следам. Это восстановление, выздоровление. И все мы, и каждый из нас знает, к чему двигаться, ибо помним изначальное состояние. Отсюда произошло и слово «религия»: «ре-» — «заново», «ещё раз»; «лига» — «объединение». Религия — воссоединение заново.

Счастье каждый может объяснить по-разному, но испытывают его все одинаково. Все мы тянемся к наслаждению в разных качествах его проявления, будь то наслаждение эмоциями (радость, восхищение, смех, нежность), чувствами (приятный

запах, приятный вкус, внешняя красота, приятные звуки или прикосновения), умом (спокойствие), разумом (концентрация, сообразительность), душой (любовь). И совокупность этих качеств наслаждения мы называем словом «счастье», что есть состояние в момент времени, прямое ощущение души. И никто из нас не хочет испытывать страдания по всем вышеперечисленным пунктам. Так мы живем с первого вздоха. Абсолютно все живые существа, независимо от размера, формы тела и среды обитания, стремятся к счастью и бегут от страданий. И это единство врождённого взгляда всех живых существ на то, какой на самом деле должна быть жизнь, прямо указывает на то, что во всех нас есть нечто одинаковое, связывающее всех нас воедино. Есть в нас то самое, не поддающееся делению, не подвластное относительности, не разделяющееся на разные мнения, нечто абсолютное, единое для всех.

Мы все говорим себе: счастье должно быть всегда, постоянно. И не зря. Ибо счастье — одно из трёх вечных, абсолютных качеств самого источника жизни. Эти три качества Абсолюта (или Бога, как твоей душе угодно называть) — знание, вечность и счастье. Но нужно учитывать, что счастье, о котором идёт речь, — это не мимолётная эйфория, не взбудораженное состояние «восторженного визга» и не миг блаженства удовлетворения каких-либо чувств. Счастье — это устойчивое и равномерное состояние радости, отличающееся постоянством и не нуждающееся во внешних причинах для проявления себя. Это здоровая изначальная платформа всей деятельности — мыслей, речи, поступков. Так уж получилось, что в мире, в котором нам довелось нынче временно проживать, есть много всего и всякого, что норовит исказить и нарушить нашу изначальную природу. А если искажение коснулось души, то, сами понимаете, страдания всего остального — разума, ума и тела — вопрос времени, ибо распространение патологии не заставит себя ждать, и это есть прямое следствие, то бишь симптоматика.

Кратко подведём итог. Эта книга предназначена для вашего выживания на всех уровнях и для возвращения тебе

твоего изначального здорового состояния сознания, которое именуется счастьем. Это инструкция по использованию человеческой формы бытия на данной планете. Она была дана нам изначально изготовителем при запуске в эксплуатацию Вселенной для правильного её использования. И называется эта инструкция на нашей планете древним словом «Дхарма». Перевод этого слова многогранен, но суть примерно такова: естественная природа, суть. Такие выражения, как «ом» или «аминь», имеют такой же смысл, как и слово «Дхарма» — «так было, есть и будет». По сути своей Дхарма — именно инструкция по выживанию. И в этой книге мы рассмотрим некоторые её разделы, которые касаются нашей с вами временной формы жизни — как быть человеком на Земле.

Забегая вперёд, хотелось бы прояснить сразу наше с тобой, уважаемый читатель, положение на данный момент. Я имею в виду планету Земля. Мы ещё будем с тобой рассматривать это подробно в главах «Онейронавтика» и «Дементоры», но, чтобы ясно понимать цель изучения и применения Дхармы, ты сразу должен знать кое-что. Дело в том, что мы с тобой находимся в месте, которое на древнем языке (на санскрите) называется словом «лока». Именно от этого понятия произошло слово «локальный», что означает «ограниченный». Это не планета, как нам кажется из-за несовершенства наших органов чувств, но гораздо более впечатляющее и многомерное место. Подобных лок (пространств) в нашей Вселенной много, и каждое соответствует уровню предназначенного ограничения и, соответственно, нашему уровню развития. Подобные места мы могли бы назвать в полной мере «местами ограничения свободы». И так оно и есть. Но не стоит воспринимать это исключительно как тюрьму. Ибо детский манеж для малыша является таким же местом ограничения свободы. Малыш в силу своего уровня разума представляет опасность не только для окружающих, но и для себя самого. Он не может даже в полной мере контролировать своё тело. И вот здесь, дорогой читатель, мы подошли к «корню всех бед» касаемо обсуждаемой темы. Всё дело в самоконтроле. Что мы делаем в среде людей

с животными, которые не могут контролировать свои чувства? Мы помещаем их в места лишения свободы, то есть в клетку. Мы, люди, поступаем так не со всеми животными, ибо есть существа, которые не являются агрессивными и могут вполне контролировать свои чувства, к примеру кошка. Она, даже если будет умирать от голода, не кинется на своих хозяев. То же самое со многими собаками. И потому они могут спокойно жить среди людей. Но тигр или лев в случае крайнего голода или гнева вполне могут забыть о тёплых чувствах к человеку и соотнести его с добычей. Так погибла целая семья дрессировщиков в Москве, которые держали годами львов дома. И про это есть мудрая пословица: «Сколько волка ни корми, а он всё в лес смотрит». И поэтому тигров и львов обычно держат в клетках, если они находятся вблизи людей. Так же мы поступаем с людьми, которые не могут контролировать свои чувства. Иной мужчина, глядя на красивую женщину, не может сдерживать свою похоть, у него нет терпения и времени на ухаживания, на налаживание отношений, он просто ловит свою жертву и насилует. Вор — то же самое. Это человек, который не в силах совладать с алчностью, вожделением, желанием «иметь у себя». У вора нет терпения, чтобы заработать желаемое, он коварством и насилием захватывает незаслуженное. Так или иначе, практически все преступники демонстрируют на разный лад одно — неспособность к контролю чувств. И люди их так же держат в клетках, в местах ограничения свободы. Так вот, дорогой читатель, мы, люди в целом, на данной планете Земля в достаточном количестве ещё можем контролировать свои чувства, мы учимся этому здесь. Но почти никто из живущих на Земле не способен к контролю ума и разума. И потому более развитые существа нас держат в клетке, которая называется — внимание! — физическое тело. И эта клетка, в свою очередь, находится в изолированной клетке под названием «планета», а та — в клетке, именуемой «физический материальный мир». Тройной ряд «забора».

Пространство, в котором физическое тело пребывает, так же само по себе является ограничивающим свободу проявления разума, в отличие от пространства, которое мы называем

«сон». И если ты, уважаемый читатель, внимательно помотришь вокруг себя, то увидишь, что в природе социума проявляются всё те же схемы и паттерны поведения, как и в среде людей, попавших в тюрьму. Кто-то попал сюда буквально недавно. Он полон страха и непонимания, что и как здесь устроено. Естественная защитная реакция такого человека — агрессия и замыкание на себе. Такой человек просто пытается здесь выжить любым способом, вся его жизнь направлена именно на это. Он использует любые средства этого мира для собственного выживания, не более. Он пытается запастись ресурсами: еду, финансы, физическую силу, связи, статус, недвижимость и т. д. Всё это служит для него защитным ограждением от возможного насилия. Другие люди здесь находятся достаточно давно, они, скажем, «отсидели половину срока». Они уже освоились тут, чувствуют себя в этом мире вполне уверенно. Они знают, что и как нужно сделать, чтобы устроиться здесь с комфортом, ибо даже в тюрьме можно устроить себе «сладкую жизнь» и «тянуть ляжку» пусть с ограниченными, но всё же наслаждениями. И они не торопятся выходить отсюда, ибо знают глубоко внутри, что им пребывать здесь ещё долго. Такие просто удобно и надолго устроились. А есть те, срок освобождения которых уже близок. Это такие люди, которых уже мало заботит жизнь в «тюрьме», но они готовятся выйти «на свободу». Они интересуются методами освобождения, изучают глубокие жизненные вопросы, задаются вопросами о цели саморазвития. Их больше интересуют аспекты абсолютного знания, чем мирские удовольствия и стяжания. Так вот, дорогой читатель, Дхарма — это и есть не только инструкция по выживанию на данной планете, но и прямое указание, как отсюда выйти, как получить освобождение, впоследствии родившись в мире, где энергия не столь инертна. Речь идёт о мире, где нужно быть осторожным с желаниями, так как они мгновенно сбываются, ибо их реализация не связана с вязкой и тяжёлой энергией физического мира. Мы можем это наблюдать в пространстве, именуемом нами «сон», в мире, где повсеместным и обычным делом является то, что мы на нашей планете называем словами «волшебство» и «магия». И в таком мире более высшего

порядка уже невозможно скрыть от других ни своих сокровенных мыслей, ни своих стремлений, ни даже тайных желаний, ибо ментальное пространство разума там едино для всех. Там разум свободен. Все всё всегда про всех знают.

В любом случае, хочешь ты того или нет, дорогой читатель, но жизнь всё равно заставит тебя учиться. Вопрос лишь в том, будет ли это комфортным процессом, с книгой в руке или на лекции в зале, либо это будет вынужденным насилием над тобой в условиях экстремальных ситуаций. Добровольно и заранее или «из-под палки» в последний момент — это твой выбор.

Жизнь на Земле подобна сну, где независимо от внешних декораций ты испытываешь либо радость, либо страдание, в зависимости от того, спишь ли ты глубоко и неосознанно, либо проснулся во сне и твой сон является *осознанным* сновидением. К примеру, во сне тебя расстреливают некие условные бандиты. Если ты в этот момент не осознаёшь происходящее и принимаешь всё за чистую монету, ты будешь испытывать ужас. Но стоит тебе осознать происходящее во сне и понять, что бандиты — лишь плод твоего воображения, ты будешь откровенно смеяться над этой же ситуацией, ибо будешь её полностью контролировать. Так и в нашей «будничной» жизни. Действия и ситуации — одни и те же для всех, но одни переживают их в радости и понимании, а другие — в страхе и страдании. В этом ключе я приведу одну из важнейших рекомендаций Дхармы:

---

Если ты хочешь сделать что-либо хорошо, сначала походи и научись это делать хорошо у того, кто уже сделал и делает это хорошо, иначе получится плохо. Ничто не исключение.

---

И ещё один очень важный, принципиальный момент. Я хочу донести до тебя, дорогой читатель, что всё описанное здесь зиждется не на философии, не на умственных теоретических рассуждениях, но на физике, математике, биологии,

анатомии, нейрофизиологии, квантовой механике, химии, ботанике и других разделах науки. Всё изложенное здесь можно проверить и доказать, оно имеет научную доказательную базу. Мало того, в Абсолюте, где всё является одним нераздельным точным отражением друг друга, это называется *принцип зеркала*. Это отражается во фрактальности устройства Вселенной. Соответственно, всё, о чём говорит мораль и нравственность, — имеет прямое отражение в законах физики и математики. Это одно и то же в разных своих проявлениях. Я сейчас говорю о том, что не только знание о Боге и мироздании, но и все законы семейной психологии, описанные в этой книге, основаны не на философских рассуждениях, не на принципах морали и нравственности, но на научно-доказательной базе точных наук. Это не религия в своём общепринятом понимании. И даже не философия. Это наука, цифры, уравнения. Даже самый рьяный атеист с развитым интеллектом и логическим мышлением способен ясно увидеть доказательства существования Бога и понять Его природу, исходя из того, что описано в данной книге. Ибо эти описания основаны не на вере, повторяю, а на знаниях законов физики и математики. И представь, дорогой читатель, какие открытия совершили бы современные учёные, если бы внимательней отнеслись к древним духовным учениям, к философии, не отрицая их, но осознав их тотальную прямую взаимозависимость с наукой. И начнём мы с известной фразы: «Огласите, пожалуйста, весь список!»





# ОГЛАВЛЕНИЕ

---

Инструкция по применению человеческой формы жизни на планете Земля .....	3
Глава 1. ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫЖИВАНИЮ.....	19
Глава 2. ДУХОВНАЯ ПРАКТИКА.....	58
Глава 3. САМОСОЗНАНИЕ .....	106
Глава 4. ОСОЗНАННОСТЬ И МОТИВАЦИЯ.....	145
Глава 5. ЙОГА .....	168
Глава 6. ПИТАНИЕ.....	189
Глава 7. МЕДИЦИНА.....	205
Глава 8. ОНЕЙРОНАВТИКА .....	223
Глава 9. СТРАЖИ.....	266
Глава 10. ВЗАИМООТНОШЕНИЯ .....	280
Глава 11. ОТЛИЧИЯ ДРУЖБЫ И ЛЮБВИ.....	307
Глава 12. РАЗНИЦА ПРИРОДЫ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ ...	319
Глава 13. СЕМЬЯ .....	347
Глава 14. МУЖЧИНА.....	393
Глава 15. ЖЕНЩИНА .....	411
Глава 16. ДЕТИ.....	428
Глава 17. ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ .....	490
Глава 18. УЧИТЕЛЬ И УЧЕНИК.....	518
Послесловие .....	541



## ПЕРЕМЕНА!

*Странное существо — человек. Бьёт, потому что любит. Воюет за мир. Работает, чтобы отдыхать. Убивает, чтобы жить. Пьёт яд ради здоровья.*

—

*Физик, изучающий атомы, — это лишь кучка атомов, изучающих самих себя.*

—

*Интересно, падение освящённой ракеты должно подорвать веру в Бога или доверие к науке?*

—

*Приходят свидетели Иеговы в еврейскую семью:*

*— Вы Библию читали?*

*— Уважаемые, мы её писали.*

—

*Вчера встретил бывшего одноклассника, который в третьем классе смеялся надо мной из-за того, что я верил в Деда Мороза. Но нормально поболтать не получилось. Он торопился в церковь.*

—

*Если начинать любую фразу с «Вот у нас, у масонов...», все начинают слушать гораздо внимательнее.*

—

*Собралась Святая Троица в отпуск в кои-то веки. И думают, кто куда поедет.*

*Бог Отец говорит:*

*— Я в Африку поеду!*

*Иисус и Святой Дух спрашивают:*

*— Почему именно туда?*

*— Ну, я там первые свои эксперименты с жизнью проводил. Навещу памятные места.*

*Иисус говорит:*

*— А я в Израиль сметаюсь!*

*— А почему туда?*

*— Ну, я там человеческую жизнь свою прожил, на Кресте меня там распяли, поеду навещу памятные места.*

*Дух Святой:*

*— А я тогда в Московскую епархию наведуясь!*

*Бог с Иисусом:*

*— А почему туда?*

*— Да полечу посмотрю, как там у них, а то не был там никогда.*

—

*Блажен, кто верует, ибо не ведает, что творит.*

—

*Освящение священниками ракет — это отпевание космонавтики.*

—

*Под руководством Российской академии наук и церкви разработаны новые дисциплины для высших учебных заведений: квантовая иконопись, теоретическое покаяние, освящение материалов, нанопричастие, каноническая космология и ультразвуковое благовещение.*

—

*На субботнике в иезуитской школе сжигали отличников по астрономии.*

—

*— Меня коллега недавно чуть до истерики не довела, когда рассказала, что ходила в церковь молиться об успешной сдаче экзамена по научному атеизму.*

—

*Спасибо Богу за Дарвина!*

—

*Если не можешь найти смысл жизни, попробуй вспомнить, где последний раз ты им пользовался.*

—

*Если Всевышний с тобой, то чего ты боишься? А если нет, на что ты надеешься?*

—

*Играл архангел соло на трубе,  
А Бог и чёрт делили мою душу.*

Кричал Господь: «Возьми его себе!»  
А дьявол злился: «Да на кой мне нужен?»

—

Там, в этом небе, такие звёзды!  
Я предлагаю не ждать утра.  
Нам, турбулентным, дорога в космос;  
Вы оставайтесь, а нам пора!

—

Братья и сестры! В нашей книжной лавке имеется только что изданный новый перевод Библии на современный русский язык, который отличается от предыдущего перевода XIX века научностью, доступностью и свежестью исторических фактов. Тираж ограничен!

—

Дхарма есть — ума не надо.

—

Устал от всего? Хочешь развеяться? Дождись кремации.

—

Если бы сейчас Иисус Христос воскрес и высказал то, что думает о церкви и религии, Его судили бы за оскорбление чувств верующих.

—

Никто не забыт, ничто не забыто. © Карма

—

На всё воля Божья! © Гидрометцентр

—

Сегодня увидел парня в футболке с надписью «Бог + Истина = Жизнь». Надеюсь, он понимает, что из этого следует: «Истина = Жизнь – Бог» и «Бог = Жизнь – Истина».

—

С пенсией всё понятно. Теперь главное, чтобы с раем не обманули.

—

Чем больше я читаю и смотрю новости, тем больше понимаю, что валить надо не из страны, валить надо с планеты!

—

Атеизм — вера в то, что не было ничего, ничего ни с чем не случилось, и затем ничего магически взорвалось без всякой причины, создав всё, после чего куча всего магически перестроила себя без

*какой-либо причины в самовоспроизводящихся некто, которые затем превратились в динозавров и медленно мутировали в людей. И всё это привело к возникновению разума и логики. И эти люди пишут фантастику?*

—

*— За кармические преступления вы приговариваетесь к семидесяти годам рутинного существования, приговор привести в исполнение немедленно!*

*В родильном отделении раздался полный отчаянья крик.*

—

*Мальчишки и девчонки, а также их родители,  
Весёлый апокалипсис увидеть не хотите ли?  
Весёлый апокалипсис размажет тебя в фарш,  
Людской цивилизации тотальный демонтаж.*

—

*Если освящённый спутник не вышел на орбиту, значит, он грешен и нечего ему делать на небесах! © Из объяснительной записки Роскосмоса.*

—

*Если бы в наше время Христос написал и выпустил в свет Евангелие, дамы взяли бы у него автограф и на этом всё закончилось бы.*

—

*Поставила трёхлетнюю дочку в угол. Немного постояв, вздыхает:  
«Выпустите меня уже! Жизнь-то проходит...»*



## ГЛАВА 1

---

### ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫЖИВАНИЮ

Первое, о чём я попрошу тебя, дорогой читатель: не пытайся усвоить с ходу весь материал этой книги. Бегло читать её и согласно кивать головой на каждую фразу — пустая трата времени. Существует древняя рекомендация по технике чтения подобной литературы. К примеру, священные писания рекомендовано читать по одному стиху в день, по одной шаштре в сутки. И не только размышлять над этим стихом, но и стараться весь день применять его в жизни, держать его в течение дня как умонастроение. Это касается и Евангелия, и Корана, и буддистских текстов, и т. п. Данная книга не состоит из кратких сконцентрированных стихов (шаштр), но, наоборот, писалась мной для подробного пояснения пути духовного развития. А потому я рекомендую тебе читать 1–2 страницы (выбери адекватный для себя объём сам) и сутки над этим размышлять, держать в уме появившееся умонастроение, применять по возможности в течение дня. А уже потом двигаться дальше. Такой подход позволит тебе, дорогой читатель, сократить время для перевода знания в прямое ощущение и опыт. Это каждый раз будет удерживать в тебе часть полученного знания куда лучше и надёжнее, нежели простое запоминание информации умом. Двигаться вперёд по тексту будет куда

легче. Позволит начать трансформацию себя и своей жизни с первых прочитанных строк. Итак.

Мы начнём с того, что я поздравлю тебя. Ибо для получения в свои руки данной книги тебе нужно было потратить много сил и времени. Тебе нужно было совершить массу правильных поступков, принять верные решения, возможно, обзавестись настоящими и преданными друзьями, которые тебе данную книгу вручили для обязательного прочтения. В чём же удача? Во-первых, в том, что данное знание невозможно получить опытным путём, сколько бы лет ты ни прожил. Догадаться о нём также невозможно. Получить его можно только от духовного мастера, благодаря линии преемственности учителей, непрерывной цепи передачи знания. Или, в крайнем и редком случае, его можно получить от такого человека, как я, кто не является духовным учителем или, по крайней мере, таковым себя не считает, но кто уже многие годы потратил на освоение этой информации, проверил на себе её подлинность, получил результат и, продолжая двигаться дальше, приглашает тебя идти вместе. Дхарма утверждает: «Из многих тысяч людей едва ли один стремится к совершенству, а из достигших совершенства едва ли один воистину познал Бога». Мои поздравления, читатель, ты попал в число тех единиц из многих сотен тысяч, кто получил шанс обрести это знание. Дорожи этим. Хотя что я говорю? Ты и сам со временем убедишься в том, что только этим и стоит дорожить.

В этой главе мы рассмотрим точное определение слова «знание», его суть и смысл. Ибо от ясного понимания, о чём идёт речь, от точности формулировок понятий зависит результат твоей дальнейшей судьбы, ни больше ни меньше:

---

Знание — то, что избавляет от страданий.

---

Основой знания являются здравомыслие и совесть, а не обрядовость и навязанные общественные догмы. В знании, а тем более в знании духовном, авторитетность источни-